

การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนา
และวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการ
กับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะ
และลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง
ในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน *

The Development of Models of Religious Tourism and
Meditation Retreat on the Pilgrim Routes in the Secondary
Cities in the Upper Northern Thailand Based on Buddhist
Medicine to Promote Wellbeing of Seniors Living Alone
and Help Them Cope With Depression

อุเทน ลาพิงค์, พระครูวินัยธร สัญชัย ญาณวิโร, เขมินทรา ตันธิกุล และ ประดิษฐ์ คำมุงคุณ
Uten Larping, Phrakhrū Vinaidhorn Sanchai Nānaviro, Kheminthra Tanthikun and
Pradit Kammungkun
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา
Mahamakut Buddhist University Lanna Campus
Corresponding Author, E-mail: khunten2002@yahoo.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยว 2) พัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด เป็นการศึกษาและพัฒนา พื้นที่วิจัยได้แก่

* ได้รับความเห็นชอบ: 24 สิงหาคม 2565; แก้ไขบทความ: 17 ตุลาคม 2565; ตีพิมพ์: 18 ตุลาคม 2565

Received: August 24, 2022; Revised: October 17, 2022; Accepted: October 18, 2022



วัดในพื้นที่เขตท่องเที่ยวเมืองรอง จำนวน 10 แห่ง กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ จำนวน 700 คน และกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 25 คน โดยใช้การคัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือวิจัยได้แก่ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม

ผลการวิจัยพบว่า 1) พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เดินทางมายังสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาทุกปี ใช้เวลาท่องเที่ยวระหว่าง 3-5 วัน โดยมีความตั้งใจเดินทางมาวัดเพื่อทำบุญไหว้พระ กราบนมัสการสิ่งศักดิ์สิทธิ์ พักผ่อนหย่อนใจ และปฏิบัติธรรม ส่วนความต้องการของผู้สูงอายุโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาจำแนกตามรายด้าน โดยเรียงลำดับจากด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดไปหาต่ำสุด ดังนี้ ด้านการปฏิบัติธรรม รองลงมาคือ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย ด้านบุคลากรและการบริการ ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ และด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจ ตามลำดับ 2) การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานได้รูปแบบที่มีชื่อเรียกว่า “MFCAP Model” มีองค์ประกอบย่อยได้แก่ (1) M= Material (วัตถุธรรม) (2) F= Faith (ศรัทธาธรรม) (3) C= Custom and Culture (ประเพณีและศิลปวัฒนธรรม) (4) A= Activities and Meditation (กิจกรรมและการปฏิบัติธรรม) และ (5) P= Pilgrimage (จาริกบุญจาริกธรรม) 3) การประเมินความรู้ของกลุ่มเป้าหมายจากการอบรม พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนการอบรมก่อนทดสอบอยู่ในระดับกลาง และหลังการอบรมอยู่ในระดับมาก จากการเปรียบเทียบผลการอบรมคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และผลการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานอยู่ในระดับมากที่สุด

คำสำคัญ: การพัฒนารูปแบบ; การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน; หลักพุทธธรรม
บำบัด

Abstract

The research objectives were 1) to study behavior and needs of the elderly in tourism, 2) to develop a model of religious tourism and insight meditation on the pilgrimage route by integrating with Buddhist Dharma therapy in the research



and development approach Research areas include a number of 10 temples in the tourism area of secondary cities. A sample of 700 elderly tourists and 25 academic dignitaries Purposive Sampling is used with questionnaires, interviews, and group discussions.

The research results presented that 1) tourism behaviors of the elderly, most of whom visit Buddhist tourist attractions every year. It takes between 3-5 days to travel with the intention of coming to the temple to make merit and pay respect to monks, worship the sacred, relax and practice dharma. The overall needs of the elderly were averaged at the highest level when considering by aspect, respectively. From the target group considered the aspect with the highest average to the lowest as follows: the aspect of dharma practice, then the aspect of facilities and accommodation, access and security, personnel and service, activities and public relations and tourist attractions and attractions, respectively. 2) The development of religious tourism and introspection, It has a pattern called “MFCAP Model” with sub-components: (1) M = Material (material) (2) F = Faith (faith) (3) C = Custom and Culture (tradition and culture). (4) A= Activities and Meditation and (5) P= Pilgrimage (pilgrimage). 3) Assessing the knowledge of the target group from the training, it was found that the target group had a mid-level pre-test training score and after training at a high level. From the comparison of the training results, the mean scores before and after the training was significantly different at the .05 level. The satisfaction of the target group towards religious tourism and meditation was at the highest level.

Keywords: model development; religious tourism and meditation; principles of Buddhist; Dharma therapy



1. บทนำ

ปัจจุบันการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเป็นการท่องเที่ยวอีกรูปแบบหนึ่งที่กำลังเป็นที่นิยมอย่างรวดเร็วสำหรับนักท่องเที่ยวโดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ จากการประเมินภาพรวมของการท่องเที่ยวเชิงศาสนา ตั้งแต่เดือนมกราคม-พฤษภาคม 2561 พบว่า มีนักท่องเที่ยวมาเยี่ยมชมศาสนสถานปฏิบัติธรรมและปฏิบัติศาสนกิจตามวัดต่าง ๆ จำนวน 9.62 ล้านคน โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวที่เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในพื้นที่จังหวัดภาคเหนือตอนบน ในปี 2561 พบว่า มีนักท่องเที่ยวและผู้มาเยือน รวมทั้งสิ้น 6,262,138 คน ทำให้มีรายได้จากการท่องเที่ยวกว่า 22,758.01 ล้านบาท (สำนักงานการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย, 2561) ทั้งนี้ในพื้นที่เขตภาคเหนือตอนบนถือว่าเป็นภูมิภาคที่มีแหล่งท่องเที่ยวโดดเด่นทางด้านพระพุทธศาสนาและอารยธรรมล้านนา มีประเพณีวัฒนธรรม และประวัติศาสตร์สืบทอดมาอย่างยาวนาน จึงทำให้ภาคเหนือตอนบนมีแหล่งท่องเที่ยวที่ดึงดูดให้นักท่องเที่ยวเดินทางมาท่องเที่ยวและพักผ่อนจำนวนมากในแต่ละปีเพิ่มขึ้น (กรวรรณ สังขกร และ สุรีย์ บุญญานุพงศ์, 2558) รวมทั้งยังเป็นที่ยอดนิยมของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นจุดหมายปลายทางของนักท่องเที่ยวในวัยเกษียณ เพราะจุดได้เปรียบด้านการท่องเที่ยวในเขตภาคเหนือ คือ ภาพของความเป็นเมืองพระพุทธศาสนาของอาณาจักรล้านนา ทำให้เกิดรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาที่นักท่องเที่ยวจะได้รับประสบการณ์ ความสบายใจ และเรื่องราวเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา รวมถึงการเดินทางไปเพื่อบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การนมัสการเกจิอาจารย์หรือครูบา และการประกอบพิธีกรรม (สุกัลยา โหราเรือง, 2563) เมื่อมองในมิติทางการท่องเที่ยว ภาคเหนือตอนบนจึงมีศักยภาพด้านการท่องเที่ยว ทำให้เกิดรูปแบบการท่องเที่ยวที่หลากหลายโดยเฉพาะการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานที่เป็นจุดดึงดูดของนักท่องเที่ยว ถูกทำให้เป็นจุดขายทางการท่องเที่ยววิถีไทย และแหล่งเรียนรู้ทางด้านศาสนา ซึ่งมีศักยภาพและโอกาสในการพัฒนาด้านการท่องเที่ยวเพื่อขับเคลื่อนเศรษฐกิจของชุมชน สอดคล้องกับนโยบายการส่งเสริมการท่องเที่ยว “วิถีถิ่น วิถีไทย” ของรัฐบาล ซึ่งเป็นการนำอัตลักษณ์ทางด้านศาสนา วัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตของคนมาเป็นจุดดึงดูด เพื่อสร้างความประทับใจและประสบการณ์ที่มีคุณค่าให้กับนักท่องเที่ยว นอกจากนี้รัฐบาลยังได้มีนโยบายให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการท่องเที่ยว “เมืองรอง” มาอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้การขยายตัวของภาคธุรกิจการท่องเที่ยวลงสู่เมืองรองค่อย ๆ เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะเมืองรองในเขตภาคเหนือตอนบน ประกอบด้วยจังหวัดเชียงราย ลำพูน ลำปาง แม่ฮ่องสอน แพร่ น่าน และพะเยา (ประเสริฐ ใจสม, 2563)



รัฐบาลจึงมีแนวทางการส่งเสริมการท่องเที่ยวเมืองรองอย่างต่อเนื่อง เช่น การสร้างปฏิทินท่องเที่ยว กิจกรรมประจำเมือง ดึงดูดนักท่องเที่ยวทั้งปี ไม่กระจุกเฉพาะช่วงเทศกาล เพื่อให้นักท่องเที่ยวทยอยเข้าไปเที่ยวจนไม่ส่งผลกระทบต่อเสน่ห์ของพื้นที่ แต่จากการดำเนินงานที่ผ่านมา พบว่า รูปแบบการจัดการท่องเที่ยวในเมืองรองที่ผ่านมายังไม่ชัดเจน ทำให้นโยบายยังไม่ประสบผลสำเร็จตามความคาดหวังและเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยเฉพาะรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้สูงอายุ (กรมการศาสนา, 2557) ทำให้ไม่สามารถจัดเตรียมหรือพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว และสถานที่ท่องเที่ยวให้มีความเหมาะสมสำหรับรองรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่กำลังเป็นนักท่องเที่ยวกลุ่มเป้าหมายสำคัญได้ รวมทั้งยังไม่มีการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุอย่างชัดเจน สอดคล้องกับ ศิวนิต อรรถวุฒิกุล, นรินทร์ สังข์รักษา, และ สมชาย ลักษณะนารักษ์ (2560) ที่ได้กล่าวว่า แหล่งท่องเที่ยวที่เป็นวัดและชุมชนรอบวัดยังขาดการจัดการการท่องเที่ยวทั้งในเรื่องของภูมิทัศน์สภาพแวดล้อม การนำชม และสิ่งอำนวยความสะดวก และการประชาสัมพันธ์ให้กับผู้มาเยือนและนักท่องเที่ยวได้ทราบและเดินทางมาศึกษาท่องเที่ยวและเรียนรู้ ทั้งที่นักท่องเที่ยวได้เดินทางผ่านไปมา จึงจำเป็นต้องสร้างรูปแบบด้านการท่องเที่ยวเชิงศาสนา โดยกระบวนการมีส่วนร่วมแบบภาคีเครือข่ายอย่างยั่งยืน ดังนั้น จากปัญหาดังกล่าวจึงเป็นที่มาของการศึกษาการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อนำมาขับเคลื่อนกิจกรรมบนเส้นทางท่องเที่ยวแสงบุญและการบูรณาการพุทธธรรมบำบัดตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการวางระบบการจัดการรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อรองรับความต้องการในการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสงบุญในเขตท่องเที่ยวเมืองรองภาคเหนือตอนบน
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง



3. วิธีดำเนินการวิจัย

คณะผู้วิจัยดำเนินการวิจัยและพัฒนา (Research and Development: R&D) โดยได้ดำเนินการวิจัย 4 ขั้นตอน ได้แก่

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาเอกสาร แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาสร้างแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ โดยใช้ทฤษฎี 5As ของ Tourism Western Australia (2008) แนวคิดการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุของ สำนักพัฒนาสุขภาพจิต (2556) เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุในพื้นที่เขตท่องเที่ยวเมืองรอง จำนวน 7 จังหวัด ได้แก่ เชียงราย ลำพูน ลำปาง แม่ฮ่องสอน แพร่ น่าน และพะเยา จังหวัด ๆ ละ 100 คน รวม 700 คน ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเน้นเฉพาะผู้สูงอายุที่มาท่องเที่ยวในพื้นที่และสามารถให้ข้อมูลได้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ในประเด็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน การหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.81 ส่วนการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) สำหรับผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) จำนวน 30 คน พิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิที่อยู่ในพื้นที่ มีประสบการณ์ และมีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวโดยตรง สัมภาษณ์ในประเด็นเกี่ยวกับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพัง สถิติที่ใช้ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน รวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การบันทึกเสียงด้วย MP3 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนา (Development :D1) เป็นกระบวนการออกแบบและพัฒนา (Design and Development : D and D) เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ การจัดการอบรม การจัดเวทีเสวนาเครือข่าย การวิเคราะห์และสร้างรูปแบบ เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การบันทึกเสียงด้วยไฟล์ MP3 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์เนื้อหาและการตรวจสอบรูปแบบโดยการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบ โดยการจัดสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ (Connoisseurship) สอบถามผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 15 คน ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยกำหนดเกณฑ์การเลือกเป็นผู้เกี่ยวข้องหรือนักวิชาการด้านการท่องเที่ยว รวมทั้งผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ประกอบไปด้วย ตัวแทนจากภาคประชาชน ภาครัฐ องค์กรเอกชน นักวิชาการ ผู้นำชุมชน และพระภิกษุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ การวิเคราะห์โดย



หาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าที่แบบไม่อิสระจากกัน แล้วนำค่าเฉลี่ยมาแปลความหมายตามเกณฑ์

ขั้นตอนที่ 3 การวิจัย (Research : R2) การทดลองใช้หรือนำเครื่องมือที่ได้ไปใช้ (Implementation : I) ได้แก่ การจัดอบรมเพื่อยกระดับการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เครื่องมือที่ใช้ เป็นแบบทดสอบก่อนและหลังการอบรม กลุ่มเป้าหมายได้แก่ ผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นนักวิชาการ ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านศาสนา ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาครัฐ ผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาคเอกชน ผู้นำชุมชน พระสังฆาธิการ ชมรมมัคคุเทศก์ชุมชน ผู้ประกอบการท่องเที่ยว ประชาชนชาวบ้าน ผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่ท้องถิ่น ผู้รับผิดชอบสถานที่ท่องเที่ยว และประชาชนที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว รวม 30 คน การรวบรวมข้อมูลจากแบบทดสอบ การประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ การจัดเวทีเครือข่าย เครื่องมือที่ใช้ การจัดเวทีสนทนากลุ่มย่อยในสถานที่ท่องเที่ยวต้นแบบ รวบรวมข้อมูลที่ได้จากการจัดเวทีเครือข่ายใช้การบันทึกเสียงด้วยไฟล์ MP3 การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ขั้นตอนที่ 4 การพัฒนา (Development : D2) เป็นการประเมินผลและปรับปรุง (Evaluation : E) ประเมินผลความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยนำไปทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมายจำนวน 30 คน ในพื้นที่แหล่งท่องเที่ยวเมืองรอง การรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลด้วย สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานสรุปผลและเขียนรายงาน

4. สรุปผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้เวลาในการเดินทางท่องเที่ยวทุกปี คิดเป็นร้อยละ 67.00 เดินทางมายังแหล่งท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาทุกปี คิดเป็นร้อยละ 70.57 เหตุผลของการเดินทางมาสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนา คือมีความศรัทธาตั้งใจเดินทางมาสถานที่แห่งนี้ คิดเป็นร้อยละ 77.57 ส่วนความต้องการของผู้สูงอายุ พบว่า โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาจำแนกตามรายด้านโดยเรียงลำดับจากด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านการปฏิบัติธรรม รองลงมาคือ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและที่พัก ด้านการเข้าถึงและความปลอดภัย



ด้านบุคลากรและการบริการ ด้านกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์ ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ด้านแหล่งท่องเที่ยวและสิ่งดึงดูดใจตามลำดับ

2. การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ได้รูปแบบที่มีชื่อเรียกว่า “MFCAP Model” มีองค์ประกอบย่อยได้แก่ (1) M= Material (วัตถุธรรม) (2) F= Faith (ศรัทธาธรรม) (3) C= Custom and Culture (ประเพณีและศิลป วัฒนธรรม) (4) A= Activities and Meditation (กิจกรรมและการปฏิบัติธรรม) และ (5) P= Pilgrimage (จาริกบุญจาริกธรรม) การประเมินความรู้ของกลุ่มเป้าหมายจากการอบรม พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนการอบรมก่อนทดสอบอยู่ในระดับกลาง และหลังการอบรมอยู่ในระดับมาก จากการเปรียบเทียบผลการอบรมคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผลการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานอยู่ในระดับมากที่สุด

5. อภิปรายผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุมักจะเดินทางมายังสถานที่ท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาทุกปี โดยเหตุผลของการเดินทางเนื่องจากมีความตั้งใจเดินทางมาวัดเพื่อทำบุญและกราบนมัสการสิ่งศักดิ์สิทธิ์ภายในวัด และมีความต้องการมาทำบุญตามวิถีทางของพระพุทธศาสนา ต้องการมาขอโชคลาภ ศิริมงคล สะเดาะเคราะห์ พิธีกรรมทางศาสนาอื่น ๆ ต้องการสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ ต้องการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา และต้องการเจอเพื่อน อยากรู้ อยากเห็นในสิ่งใหม่ๆ โดยปกติมักจะเลือกช่วงเวลาเดินทางในวันธรรมดาเพื่อหลีกเลี่ยงความหนาแน่นของนักท่องเที่ยวในช่วงวันหยุด ส่วนผู้ชักชวนให้เดินทางมาท่องเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวจะเป็นเพื่อนและคนในครอบครัว ทำให้นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุนิยมเดินทางท่องเที่ยวแบบกลุ่มหรือหมู่คณะ โดยมีครอบครัวหรือญาติร่วมเดินทางและร่วมตัดสินใจ ซึ่งผู้สูงอายุนิยมเดินทางไปเที่ยวกับลูกหลาน ญาติพี่น้อง หรือคนในครอบครัว เนื่องจากปัจจุบันสังคมไทยมีรูปแบบเป็นครอบครัวขยาย คือผู้สูงอายุจะอาศัยอยู่กับลูกและหลาน สอดคล้องกับงานวิจัยของหนึ่งฤทัยรัตน์ กระจำนัง (2561) พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักเดินทางท่องเที่ยวร่วมกับครอบครัวหรือกลุ่มสมรสและร่วมตัดสินใจในเรื่องของการเดินทางด้วยกัน จำนวนครั้งในการเดินทางท่องเที่ยว



มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 2 ครั้ง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการท่องเที่ยวไม่นานนักประมาณ 1-2 คืน ทั้งนี้ นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุนับว่าเป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีคุณค่าและเป็นผู้มีประสบการณ์ มักมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนและเพื่อการศึกษาเรียนรู้ เป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีระยะเวลาพำนักราววัน เช่น มีระยะเวลาที่ใช้ในการท่องเที่ยวมากกว่า 5 วัน หรือเป็นสัปดาห์ มีการใช้จ่ายค่อนข้างสูง และเป็นกลุ่มเป้าหมายหลักที่มีส่วนช่วยฟื้นฟูธุรกิจการท่องเที่ยวไทยได้ เนื่องจากมีศักยภาพและมีกำลังซื้อ เมื่อกลับมาจากการท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวทางศาสนาแล้ว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะรู้สึกผ่อนคลาย มีความสุข มีความรู้สึกสนุกสนานในการเจอเพื่อน

2. ความต้องการของผู้สูงอายุในการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน
พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความต้องการด้านการปฏิบัติธรรมมากที่สุด โดยผู้สูงอายุต้องการให้วัดเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้ปฏิบัติธรรมทั้งในคอร์สระยะสั้นและระยะยาว สถานที่ปฏิบัติธรรมควรเป็นสัปปายะเหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรมไม่พลุกพล่าน ที่พักภายในวัดมีความเหมาะสมและเพียงพอต่อจำนวนผู้สนใจปฏิบัติธรรม และต้องการให้มีพระวิปัสสนาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถในการสอนกรรมฐานและนำปฏิบัติธรรม ซึ่งส่งผลทำให้นักท่องเที่ยวโดยเฉพาะผู้สูงอายุมีสติสมาธิรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง จนสามารถประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิต เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่แข็งแรงและมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ประกอบไปด้วยปัญหาแห่งพุทธธรรม สามารถแก้ไขปัญหาและดูแลตนเองให้ถึงพร้อมในทุกด้าน จนมีความมั่นใจในการใช้ชีวิตที่มีอยู่อย่างมีสติ สอดคล้องกับงานวิจัยของ วสุพากรณ์ กัญยะดิษฐ์ (2560) พบว่า ผู้สูงอายุให้ความสนใจในการเข้าปฏิบัติธรรมกรรมฐานเพิ่มมากขึ้น เหตุผลที่ผู้สูงอายุเข้ามาสถานปฏิบัติธรรมส่วนใหญ่มีความตั้งใจมาปฏิบัติธรรม เพราะเชื่อมั่นว่าความดีแห่งวิถีพุทธธรรมจะนำตนไปสู่ชีวิตที่ดีงามทั้งสุขภาพทางด้านร่างกายและจิตใจในปัจจุบันปลายแห่งชีวิต ส่งผลให้มีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจเพราะเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมวิถีพุทธที่ยั่งยืน

3) จากการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดย บูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัดที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ เรียกว่า “MFCAP Model” ซึ่งเป็นรูปแบบที่ให้ความสำคัญกับการท่องเที่ยวอย่างบูรณาการบนฐานทางพระพุทธศาสนา คณะผู้วิจัยได้รูปแบบใช้ชื่อว่า “MFCAP Model” การพัฒนารูปแบบดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ Getzels & Guba (1957) ที่ว่า รูปแบบจะต้องเป็นที่รวมของแนวคิด



และแสดงถึงความสัมพันธ์ต่าง ๆ และการส่งเสริมรูปแบบการท่องเที่ยวที่ไม่ส่งผลกระทบต่อทรัพยากรการท่องเที่ยว โดยผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็นต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในภาพรวมอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ ทินกฤต รุ่งเมือง (2558) พบว่า จากการสร้างรูปแบบการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ เรียกว่า “KRNS-NONGKHAO Model” ซึ่งเป็นรูปแบบที่ให้ความสำคัญกับการดำเนินการอย่างบูรณาการ มีองค์ประกอบหลักที่สำคัญคือ “KRNS-NONGKHAO Model” จะต้องมีส่วนประกอบที่สำคัญดังต่อไปนี้ เรื่องความรู้ด้านการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ (Knowledge) เส้นทางท่องเที่ยว (Route) ความเป็นธรรมชาติ วิถีไทย (Natural) ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยว (Satisfaction) เรื่องเล่าชุมชนแห่งความสร้างสรรค์ (Narration) เรื่องเล่าที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจในการเยี่ยมชมสิ่งก่อสร้างมรดกวัฒนธรรม พิพิธภัณฑสถาน และนักท่องเที่ยวให้ความสำคัญกับคุณค่าของวัฒนธรรม วิถีชีวิตสามัญและการสืบทอดวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิต และภูมิปัญญาท้องถิ่น

4) การทดลองใช้รูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน
พบว่า การทดลองใช้รูปแบบโดยการจัดอบรมความรู้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน ค่ะแนก่อนการอบรม (Pre-test) อยู่ในระดับปานกลาง และหลังการอบรมได้ทดสอบหลังการอบรม (Post-test) อยู่ในระดับมาก ส่วนผลการเปรียบเทียบคะแนนก่อนการอบรมและหลังการอบรมด้วย t-test แบบ dependent ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 เมื่อทดสอบ พบว่า $t = 12.845$, $Sig = 0.00$ แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับ ศิวินิต อรรถวุฒิกุล, นรินทร์ สังข์รักษา, และ สมชาย ลักขณานุรักษ์ (2560) ได้ศึกษาเรื่อง “การพัฒนา รูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของจังหวัดราชบุรี” ผลการวิจัย พบว่า การประเมินความรู้ของกลุ่มเป้าหมายจากการอบรม พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนการอบรมก่อนทดสอบอยู่ในระดับกลาง และหลังการอบรมอยู่ในระดับมาก จากการเปรียบเทียบผลการอบรมคะแนนก่อนและหลังการอบรมเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

5. การประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้ เนื่องจากการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานรูปแบบ “MFCAP Model” จะมีการทบทวนและดำเนินการจัดทำรูปแบบการท่องเที่ยวให้มีความเหมาะสมกับบริบทของวัดและชุมชนแต่ละพื้นที่ สอดคล้อง



กับความต้องการของนักท่องเที่ยว และมีการบูรณาการขับเคลื่อนรูปแบบการท่องเที่ยวที่มีลักษณะหลากหลายไปพร้อมกัน เช่น การท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพทางภูมิศาสตร์และธรรมชาติ การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอัตลักษณ์ประวัติศาสตร์ ศาสนา พิธีกรรม และความเชื่อโบราณสถาน โบราณวัตถุ ขนบธรรมเนียมประเพณี ภูมิปัญญาท้องถิ่นและธรรมชาติ และรักษาอัตลักษณ์ของชุมชนแหล่งท่องเที่ยว จึงทำให้เป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่น่าสนใจสำหรับนักท่องเที่ยว สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิวนิต อรรถวุฒิกุล, นรินทร์ สังข์รักษา, และ สมชาย ลักษณะนุรักษ์ (2560) พบว่า ความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายมีระดับความพึงพอใจของกลุ่มเป้าหมายที่มีต่อรูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของจังหวัดราชบุรีในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($X = 3.83$, $S.D. = 0.776$) นอกจากนี้ การประเมินรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า มีรูปแบบเป็นการท่องเที่ยวในลักษณะการท่องเที่ยวในสถานที่ที่เกี่ยวข้องกับศาสนา อาทิ โบราณสถาน วัดสำคัญ พระพุทธรูปองค์สำคัญ เติ่นสายไหว้พระ นมัสการสถานที่สำคัญ รูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะนี้จะให้ความสำคัญแก่ผู้ท่องเที่ยว ทั้งในด้านจิตใจและประโยชน์ในด้านคำสอน ให้ความสำคัญที่มีต่อสถานที่นั้นเป็นสำคัญ ซึ่งทำให้เกิดเป็นรูปแบบและกระบวนการการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาที่หลากหลาย สอดคล้องกับงานวิจัยของนาวัน พรหมใจสา (2559) พบว่า รูปแบบและกระบวนการการท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในจังหวัดเชียงราย แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ 1) กลุ่มวัดที่เป็นแหล่งเรียนรู้เชิงประวัติศาสตร์และพระพุทธศาสนา 2) กลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นความเป็นพุทธศิลป์ 3) กลุ่มวัดที่มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงเน้นศรัทธาความเชื่อและประเพณีวัฒนธรรม และ 4) กลุ่มวัดที่เน้นการปฏิบัติธรรมและศาสนกิจ เส้นทางท่องเที่ยวทางพระพุทธศาสนาในจังหวัดเชียงราย ใช้เส้นทางรถยนต์เป็นหลักในการเดินทางแยกได้ 4 เส้นทาง ดังนั้น จึงเห็นได้ว่า รูปแบบ “MFCAP Model” ที่ได้มีความเหมาะสมและความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

6. องค์ความรู้จากการวิจัย

องค์ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการวิจัย พบว่า นวัตกรรมการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานบนเส้นทางแสวงบุญโดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรมบำบัด เป็นรูปแบบการท่องเที่ยวโดยใช้ชื่อว่า “MFCAP Model” มีองค์ประกอบหลักที่สำคัญคือ 1) M= Material (วัตถุธรรม) 2) F= Faith (ศรัทธาธรรม) 3) C= Custom and Arts and Culture (ประเพณีและ



ศิลปวัฒนธรรม) 4) A= Activities and Meditation (กิจกรรมและการปฏิบัติธรรม) และ 5) P= Pilgrimage (จาริกบุญจาริกธรรม) รวมทั้งค้นพบแนวทางการ บูรณาการหลักพุทธธรรม บำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ ได้แก่ 1) สุขสบาย (Health) เสริมสร้างให้ผู้สูงอายุเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตและฝึกปฏิบัติตนในการปล่อยวางเรื่องราวที่ผ่านเข้ามาในชีวิตตามหลักอุเบกขาธรรม นำหลักขันติธรรมซึ่งเป็นธรรมที่เกี่ยวข้องกับความอดทนมาประยุกต์ใช้ได้ 2) สุขสนุก (Recreation) พัฒนากิจกรรมที่เสริมสร้างความสนุกสนานและสร้างรอยยิ้มให้ผู้สูงอายุ ให้มีชีวิตชีวาพร้อมกับเพื่อนวัยเดียวกันและต่างวัยในสังคม อบรมพัฒนาจิตตามหลักมหาสติปัฏฐานให้ผู้สูงอายุมีอารมณ์ดี ไม่เหงา ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้า 3) สุขสง่า (Integrity) ส่งเสริมกิจกรรมการดำเนินชีวิตให้มีความสุขสง่าซึ่งเป็นมิติของความสุขที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต ความเชื่อมั่นในตนเอง การเห็นคุณค่าและยอมรับนับถือในตนเอง จัดหากิจกรรมที่ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน ไม่หมกมุ่นอยู่กับความคิดเดิม 4) สุขสว่าง (Cognition) ฝึกฝนการบริหารจิตและการกำหนดนันทมหายใจตามหลักสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน โดยการเอาจิตจดจ่ออยู่กับการเคลื่อนไหวของสรรพสิ่ง เน้นกิจกรรมสมาธิบำบัดโรคที่เป็นการฝึกสติและสมาธิ 5) สุขสงบ (Peacefulness) จัดกิจกรรมพัฒนาสมรรถนะของผู้สูงอายุในการรับรู้เข้าใจความรู้สึกของตนเอง รู้จักควบคุมอารมณ์และสามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ สามารถปรับตัวและยอมรับสภาพที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงตามหลักไตรลักษณ์ ฝึกความคิดยืดหยุ่นให้มากขึ้น อย่าเข้มงวด จับผิดหรือตัดสินผิดถูกตนเองและผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา รู้จักให้อภัยไม่ถือโทษโกรธเคืองและปล่อยวาง ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1. องค์ความรู้รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวัฒนธรรมฐาน
โดยบูรณาการกับหลักพุทธธรรม

7. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในระดับจังหวัดและระดับท้องถิ่นในกลุ่มภาคเหนือตอนบน ควรมีแผนงานและนโยบายขับเคลื่อนในการนำรูปแบบการจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวัฒนธรรมฐาน MFCAP Model ที่ได้จากการศึกษาไปขยายผลและยกระดับเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติให้เกิดผลในเชิงรูปธรรมในพื้นที่แหล่งท่องเที่ยว ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้ประกอบการต่อนักท่องเที่ยว หรือส่งเสริมสนับสนุนให้มีการศึกษาต่อยอด



1.2 หน่วยงานทางการท่องเที่ยวทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ควรร่วมกันบูรณาการนโยบายและวางแผนงาน เพื่อยกระดับรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน โดยสนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมวิถีพุทธวิถีธรรมเชิงสร้างสรรค์ หรือเทศกาลประจำถิ่นตลอดทั้งปีให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน

1.3 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทุกระดับ ควรดำเนินการสนับสนุนรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานให้เป็นแหล่งเรียนรู้ในจังหวัด โดยนำไปจัดทำเป็นแผนกลยุทธ์ และแผนปฏิบัติการที่สอดคล้องกับยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวของกระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา และยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวจังหวัด รวมถึงขับเคลื่อนยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อเป็นการสร้างความยั่งยืนของแหล่งท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวในเขตภาคเหนือตอนบน

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

2.1 ควรศึกษารูปแบบการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์บนฐานทุนทางวัฒนธรรมและพระพุทธศาสนาเพื่อเชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวในภูมิภาคลุ่มแม่น้ำโขง

2.2 ควรศึกษาข้อเสนอเชิงนโยบายและยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวเชิงศาสนาและวิปัสสนากรรมฐานในเขตภาคเหนือตอนบน

เอกสารอ้างอิง

- กรมการศาสนา. (2557). *แนวทางการดำเนินงานโครงการส่งเสริมการท่องเที่ยวเส้นทางแสวงบุญในมิติทางศาสนา ปี 2557*. กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม กระทรวงวัฒนธรรม.
- กรวรรณ สังขกร, และ สุรีย์ บุญญาณพงศ์. (2558). *การบริหารและการจัดการการท่องเที่ยวในภาคเหนือตอนบนเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ* (รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว).
- ทินกฤต รุ่งเมือง. (2558). *การพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมเครือข่ายกิจกรรมการท่องเที่ยวของกลุ่มทวารวดี 4 จังหวัด*. *วารสารร่มพญักษ์ มหาวิทยาลัยเกริก*, 33(1), 137-160.



- นาวัน พรหมใจสา. (2559). การพัฒนารูปแบบและกระบวนการจัดการท่องเที่ยวทาง
พระพุทธศาสนาในจังหวัดเชียงราย. *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์
มนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์*, 8(ฉบับพิเศษ), 353-364.
- ประเสริฐ ใจสม. (2563). บุพปัจจัยของความยั่งยืนของการท่องเที่ยวเมืองรอง. *วารสารสันติ
ศึกษาปริทรรศน์ มจร.*, 8(1), 133-143.
- วสุพารณ กัญะต๊ิบ. (2560). *หลักพุทธธรรมกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ :
กรณีศึกษาสถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต).*
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิวินิต อรรถวุฒิกุล, นรินทร์ สังข์รักษา, และ สมชาย ลักษณะนุรักษ์. (2560). การพัฒนารูปแบบ
การจัดการการท่องเที่ยวเชิงศาสนาของจังหวัดราชบุรี. *Veridian E-Journal Silpakorn
University*, 10(2), 2309-2407.
- สำนักงานการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2561). ร่วมสวดมนต์ข้ามปี 18 ล้านคน ททท.รูกหนัก
เที่ยวเชิงศาสนา. สืบค้นจาก [https://www.dra.go.th/th/cmsdetail-17-19-1-
2161.html](https://www.dra.go.th/th/cmsdetail-17-19-1-2161.html)
- สำนักพัฒนาสุขภาพจิต. (2556). *คู่มือความสุข 5 มิติสำหรับผู้สูงอายุ*. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุม
สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สุกัลยา โหระเรือง. (2563). การศึกษาวิเคราะห์กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงพุทธในล้านนา.
วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยวิทยาเชิงพุทธ, 5(3), 70-84.
- หนึ่งฤทัยรัตน์ กระจำพัฒน์วงศ์. (2561). พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาใน
เขตเทศบาลนครขอนแก่น. *วารสารบริหารธุรกิจและการบัญชี มหาวิทยาลัย ขอนแก่น*,
2(2), 34-51.
- Getzels, J.W., & Guba, E.G. (1957). Social behavior and administrative process.
American Journal of Education, 65(4), 423-441.
- Tourism Western Australia. (2008). Five A's of Tourism. Retrieved from
www.tourism.wa.gov.au/jumpstartguide/totb_5Asoftourism.html